

# Ernährungsberatung und Prävention

Am **11.01.2017** lädt die Abt. Turnen/Gymnastik zu einem Vortrag

in die **Aula der Schule Elstra** ein.

**19<sup>00</sup> bis 20<sup>00</sup> Uhr**

Der Vortrag wird von **Heidi Siegert** vom Gesundheitszentrum

Bautzen gehalten.

Dazu laden wir alle Interessierten rechtherzlich ein.



Unsere Arbeit gilt dem allgemeingültigen Anliegen, Gesundheit in ein Stadium des **Gleichgewichts** zu setzen, also Risiko- (Stress) und Schutzfaktoren **in Balance** zu bringen und zu halten. Körperliche und seelisch-geistige Gesundheit gewährleistet Freude und Sinn am Leben.